

Rezept

Putenbrust-Sandwich mit Erdnussbutter

Ein Rezept von Putenbrust-Sandwich mit Erdnussbutter, am 14.04.2026

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 1 rote Spitzpaprikaschote | 1 Eisbergsalatblatt |
| 4 Scheiben glutenfreies mildes Vollkornbrot (z. B. mit Buchweizen und Kernen oder Quinoa-Amaranth; Reformhaus) | 2 EL Erdnussbutter (ohne Zucker) |
| | 75 g gegrillter oder gegarter Putenbrust-Aufschnitt |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 335 kcal

Zubereitung

1. Paprika längs halbieren, von Kernen und Trennwände befreien, waschen und quer in feine Streifen schneiden. Salatblatt waschen, putzen, aufrollen und in feine Streifen schneiden.

2. Brot Scheiben mit der Erdnussbutter bestreichen. 2 Brote mit der Putenbrust belegen. Paprika- und Salatstreifen daraufstreuen. Restliche Brot Scheiben darauflegen, leicht andrücken und die Sandwiches diagonal zerteilen. Zum Mitnehmen in eine Brotzeitbox packen.